



SKAŁA



V niedziela zwykła

4 lutego 2018

4 (370)

TYGODNIK DOSTĘPNY NA WWW.SWLUKASZ.WAW.PL

OTO SŁOWO PANA

„Pójdźmy gdzie indziej, do sąsiednich miejscowości, abym i tam mógł nauczać, bo na to wyszedłem.” (Mk 1, 38).

Jezus ponownie objawia swoją Boską moc dokonując uzdrowień i uwolnień. Po wyjściu z synagogi udaje się ze swoimi uczniami Jakubem i Janem do domu Szymona i Andrzeja. Tu uzdrawia z gorączki teściową Szymona, a z nastaniem wieczora, gdy słońce zaszło, przynosili do Niego wszystkich chorych i opętanych; i całe miasto było zebrane u drzwi. Uzdrawił wielu dotkniętych różnymi chorobami i wiele złych duchów wyrzucił. (Mk 1, 32 – 34). Widzimy, że problem chorych, zniewolonych czy opętanych, nie jest tylko kwestią naszych czasów. Choroby i śmierć weszły na świat przez zawiść diabła, (por. Mdr 2, 24), a Bóg widział, że wszystko, co uczynił było bardzo dobre... (Rdz 1, 31). Tak więc, Pan Bóg nie stworzył śmierci, choroby czy nieszczęścia, ale skoro pojawiły się one na świecie przez grzech naszych prarodzciców, Bóg czyni wszystko, aby ratować ludzkość przed zagładą i śmiercią, zapowiada i zsyła Zbawiciela.

Jezus dokonuje licznych uzdrowień i uwolnień, ale gdy u Jego drzwi zbiera się CAŁE MIASTO..., gdy Mesjasz osiąga szczyty popularności, On odchodzi na bok, usuwa się i znika... *Nad ranem, gdy jeszcze było ciemno, wstał, wyszedł i udał się na miejsce pustynne, i tam się modlił.* (Mk 1, 35). Niezrozumiała jest ta postawa dla Szymona i apostołów. *Gdy Go znaleźli, powiedzieli Mu: Wszyscy Cię szukają. Lecz On rzekł do nich: Pójdźmy gdzie indziej, do sąsiednich miejscowości, abym i tam mógł nauczać, bo na to wyszedłem.* (Mk 1, 37 – 38). Pokorna misja Zbawiciela, ucieczka przed wielkością, rozgłosem, sensacją, wywyższenie na Golgocie i na Krzyżu, to jakże odmienny Boży plan odkupienia i zbawienia w uniżeniu i samotności, w męce, śmierci i zmartwychwstaniu...

Dziękuję Ci Jezus za tę odmienność i Twe uniżenie, za miłość, którą mnie ukochałeś, tak inną od tej światowej i powołanie, również inne, za drogę świętości, której świat nie może pojąć, i za Twoje królestwo, do którego nie pasują żadne ludzkie i światowe schematy i klucze.

Dziękuję za to, że jesteś i za to, że kochasz...

ks. Konrad

EWANGELIA NA CO DZIEŃ

4 lutego 2018 - Piąta Niedziela zwykła

(Mk 1, 29-39)

5 lutego 2018 - poniedziałek

Dzień powszedni -

Wspomnienie św. Agaty, dziewicy i męczennicy

(Mk 6, 53-56)

Gdy Jezus i uczniowie Jego się przeprawili, przyплыnęli do ziemi Genezaret i przybili do brzegu. Skoro wysiedli z łodzi, zaraz Go rozpoznano. Ludzie biegali po całej owej okolicy i zaczęli znosić na noszach chorych tam, gdzie jak słyszeli, przebywa. I gdziekolwiek wchodził do wsi, do miast czy osad, kładli chorych na otwartych miejscach i prosili Go, żeby ci choć frędzli u Jego płaszcza mogli dotknąć. A wszyscy, którzy się Go dotknęli, odzyskiwali zdrowie.

6 lutego 2018 - wtorek

Dzień powszedni -

Wspomnienie św. Pawła Miki i Towarzyszy, męczenników

(Mk 7, 1-13)

U Jezusa zebrali się faryzeusze i kilku uczonych w Piśmie, którzy przybyli z Jerozolimy. I zauważyli, że niektórzy z Jego uczniów brali posiłek nieczystymi, to znaczy nie obmytymi rękami. Faryzeusze bowiem, i w ogóle Żydzi, trzymając się tradycji starszych, nie jedzą, jeśli sobie rąk nie obmyją, rozluźniając pięść. I gdy wrócą z rynku, nie jedzą, dopóki się nie obmyją. Jest jeszcze wiele innych zwyczajów, które przejęli i których przestrzegają, jak obmywanie kubków, dzbanków, naczyń miedzianych. Zapytali Go więc faryzeusze i uczeni w Piśmie: „Dlaczego Twój uczniowie nie postępują według tradycji starszych, lecz jedzą nieczystymi rękami?” Odpowiedział im: „Słusznie prorok Izajasz powiedział o was, obłudnikach, jak jest napisane: „Ten lud czci Mnie wargami, lecz sercem swym daleko jest ode Mnie. Ale czci Mnie na próżno, ucząc zasad podanych przez ludzi”. Uchyliście przykazanie Boże, a trzymacie się ludzkiej tradycji, dokonujecie obmywania dzbanków i kubków. I wiele innych podobnych rzeczy czynicie”. I mówił do nich: „Sprawnie uchylicie Boże przykazanie, aby swoją tradycję zachować. Mojżesz tak powiedział: „Czcij ojca swego i matkę swoją”, oraz: „Kto złorzeczy ojcu lub matce, niech śmierć poniesie”. A wy mówicie: „Jeśli ktoś powie ojcu lub matce: Korban, to znaczy darem złożonym w ofierze jest to, co miało być ode mnie wsparciem dla ciebie” – to już nie pozwalacie mu nic uczynić dla ojca ani dla matki. I znosicie słowo Boże ze względu na waszą tradycję, którą sobie przekazaliście. Wiele też innych tym podobnych rzeczy czynicie”.

7 lutego 2018 - środa

Dzień powszedni

(Mk 7, 14-23)

Jezus przywołał znowu tłum do siebie i rzekł do niego: „Słuchajcie Mnie, wszyscy, i zrozumcie! Nic nie wchodzi z zewnątrz w człowieka, co mogłoby uczynić go nieczystym; lecz to, co wychodzi z człowieka, to czyni człowieka nieczystym. Kto ma uszy do słuchania, niechaj słucha!” Gdy się oddalił od tłumy i wszedł do domu, uczniowie pytali Go o tę przypowieść. Odpowiedział im: «I wy tak niepojętni jesteście? Nie rozumiecie, że nic z tego, co z zewnątrz wchodzi w człowieka, nie może

uczynić go nieczystym; bo nie wchodzi do jego serca, lecz do żołądka, i zostaje wydalone na zewnątrz». Tak uznał wszystkie potrawy za czyste. I mówił dalej: „Co wychodzi z człowieka, to czyni go nieczystym. Z wnętrza bowiem, z serca ludzkiego pochodzą złe myśli, nierząd, kradzieże, zabójstwa, cudzołóstwa, chciwość, przewrotność, podstęp, wyuzdanie, zazdrość, obelgi, pycha, głupota. Całe to zło z wnętrza pochodzi i czyni człowieka nieczystym”.

8 lutego 2018 - czwartek

Dzień powszedni -

Wspomnienie św. Józefiny Bakhita, dziewicy

(Mk 7, 24-30)

Jezus udał się w okolice Tyru i Sydonu. Wstąpił do pewnego domu i chciał, żeby nikt o tym nie wiedział, nie mógł jednak pozostać w ukryciu. Zaraz bowiem usłyszała o Nim kobieta, której córeczka była opętana przez ducha nieczystego. Przyszła, padła Mu do nóg, a była to poganka, Syrofenicjanka z pochodzenia, i prosiła Go, żeby złego ducha wyrzucił z jej córki. I powiedział do niej Jezus: „Pozwól wpierw nasycić się dzieciom, bo niedobrze jest zabierać chleb dzieciom, a rzucać szczeniętom”. Ona Mu odparła: „Tak, Panie, lecz i szczenięta pod stołem jedzą okruszyny po dzieciach”. On jej rzekł: „Przez wzgląd na te słowa idź; zły duch opuścił twoją córkę”. Gdy wróciła do domu, zastała dziecko leżące na łożku; a zły duch wyszedł.

9 lutego 2018 - piątek

Dzień powszedni

(Mk 7, 31-37)

Jezus opuścił okolice Tyru i przez Sydon przyszedł nad Jezioro Galilejskie, przemierzając posiadłości Dekapolu. Przyprowadzili Mu głuchoniemego i prosili Go, żeby położył na niego rękę. On wziął go na bok, z dala od tłumy, włożył palce w jego uszy i śliną dotknął mu języka; a spojrzawszy w niebo, westchnął i rzekł do niego: „Effatha”, to znaczy: Otwórz się. Zaraz otworzyły się jego uszy, więzy języka się rozwiązały i mógł prawidłowo mówić. Jezus przykazał im, żeby nikomu nie mówili. Lecz im bardziej przykazywał, tym gorliwiej to rozgłaszali. I przepełnieni zdumieniem mówili: „Dobrze wszystko uczynił. Nawet głuchym słuch przywraca i niemym mowę”.

10 lutego 2018 - sobota

Dzień powszedni

(Mk 8, 1-10)

W owym czasie, gdy znowu wielki tłum był z Jezusem i nie mieli co jeść, przywołał do siebie uczniów i rzekł im: „Żal Mi tego tłumy, bo już trzy dni trwają przy Mnie, a nie mają co jeść. I jeśli ich puszcze zgłodniałych do domu, zasłabną w drodze, bo niektórzy z nich przyszli z daleka”. Odpowiedzieli uczniowie: „Jakże tu na pustkowiu będzie mógł ktoś nakarmić ich chlebem?” Zapytał ich: „Ile macie chlebów?” Odpowiedzieli: „Siedem”. I polecił tłumowi usiąść na ziemi. A wzięwszy siedem chlebów, odmówił dziękczynienie, połamał i dawał uczniom, aby je podawali. I podali tłumowi. Mieli też kilka rybek. I nad tymi odmówił błogosławieństwo, i polecił je rozdać. Jedli do syta, a pozostałych ułomków zebrali siedem koszów. Było zaś około czterech tysięcy ludzi. Potem ich odprawił. Zaraz też wszedł z uczniami do łodzi i przybył w okolice Dalmanuty.

KARDYNAŁ STEFAN WYSZYŃSKI

– DROGA DO BEATYFIKACJI

W grudniu 2017 r. papież Franciszek podpisał dekret o heroicznosci cnót kardynała Stefana Wyszyńskiego. Od tej chwili Prymasowi Tysiąclecia przysługuje oficjalnie tytuł „Czcigodny Sługa Boży”. Do beatyfikacji niezbędny jest już tylko cud za jego wstawiennictwem. Przy tej okazji warto przypomnieć najważniejsze wydarzenia z życia oraz najważniejsze zasługi tego wielkiego Polaka, które stały się podstawą do rozpoczęcia procesu beatyfikacyjnego.

Kardynał Stefan Wyszyński urodził się w dniu 3 sierpnia 1901 r. w Zuzeli nad Bugiem na pograniczu Podlasia i Mazowsza. Był drugim dzieckiem Stanisława Wyszyńskiego, organisty miejscowego kościoła, oraz Julianny z domu Karp. W wieku 9 lat stracił matkę. Tęsknota za nią skierowała Jego serce ku Maryi. Do gimnazjum uczęszczał najpierw w Warszawie, a po wybuchu I wojny światowej w Łomży. Po skończeniu szkoły wstąpił w 1920 r. do Seminarium Duchownego we Włocławku. 3 sierpnia 1924 r., po 4 latach studiów, przyjął święcenia kapłańskie z rąk biskupa Wojciecha Owczarka. Swoją Mszę prymicyjną odprawił na Jasnej Górze.

W latach 1925–29 studiował prawo, ekonomię i nauki społeczne na Katolickim Uniwersytecie Lubelskim. Zakończył je doktoratem na temat „Prawa rodziny, Kościoła i państwa do szkoły”. W latach 1931–39 był profesorem prawa kanonicznego, socjologii i nauki społecznej Kościoła w Wyższym Seminarium Duchownym we Włocławku. Jednocześnie w latach 1932–1939 był redaktorem naczelnym miesięcznika „Ateneum Kapłańskie”, wydawanego również we Włocławku. W tym samym czasie kierował sodalicją mariańską, był pracownikiem sądu biskupiego, wykładał na chrześcijańskim uniwersytecie robotniczym i rozwijał pracę społeczno-oświatową w chrześcijańskich związkach zawodowych. W 1938 r. został członkiem Rady Społecznej przy prymasie Polski Augustynie Hlondzie.

Po wybuchu II wojny światowej jako znany kapłan – społecznik był poszukiwany przez Niemców. Z polecenia biskupa Michała Kozala ukrywał się przed gestapo, m. in. w Kozłowie i Żułowie na Lubelszczyźnie, we Wrociszewie na Mazowszu i w Laskach pod Warszawą. W okresie Powstania Warszawskiego pełnił funkcję kapelana grupy Kampinos AK, działają-

cej w Laskach, oraz kapelana szpitala powstańczego w Laskach pod pseudonimem Radwan III. W czasie wojny organizował również wykłady dla inteligencji oraz tajne nauczanie na szczeblu akademickim. Działalność konspiracyjną prowadził pod pseudonimem „Siostra Cecylia”.

Po zakończeniu wojny ksiądz Stefan Wyszyński wrócił do Włocławka, gdzie reorganizował seminarium duchowne i pełnił obowiązki rektora. Jednocześnie był proboszczem w Kłobii i Zagłowiączkach. Z jego inicjatywy rozpoczęto wydawanie tygodnika „Ład Boży”. Był współzałożycielem i opiekunem duchowym Instytutu Świeckiego Pomocnic Maryi Jasnogórskiej (tzw. ósemki), który po jego śmierci zmienił nazwę na Instytut Prymasa Wyszyńskiego.

W 1946 r. papież Pius XII mianował go biskupem ordynariuszem diecezji lubelskiej. Sakrę biskupią otrzymał 12 maja 1946 r. na Jasnej Górze z rąk prymasa Polski kardynała Augusta Hlonda. W momencie mianowania był najmłodszym biskupem w Polsce. W swoim herbie biskupim umieścił słowa „Soli Deo”, tj. „Jedynemu Bogu”.

Po śmierci kard. Hlonda w październiku 1948 r. kard. Wyszyński został mianowany w dniu 12 listopada tego roku arcybisku-





pem metropolitą gnieźnieńskim i warszawskim i jednocześnie Prymasem Polski. Jego najpoważniejszy kontrkandydat biskup Stanisław Kostka Łomżyński zginął w wypadku samochodowym, najprawdopodobniej sprokuszonym przez Urząd Bezpieczeństwa. Kilka lat później, w 1953 r. abp Wyszyński został członkiem kolegium kardynalskiego. Nie mógł jednak odebrać osobiście kapelusza kardynalskiego, gdyż władze odmówiły wydania paszportu.

Pierwsze lata prymasostwa przypadły na okres napięć między państwem a Kościołem. Władze państwowe usiłowały podporządkować sobie Kościół, na co Prymas nie mógł się zgodzić. W momencie wydania dekretu o obsadzaniu stanowisk duchownych przez władzę świecką Prymas napisał do władz słynne słowa „Non possumus”. Rzeczy Bożych na ołtarzach cesarza składać nie wolno”. Reakcją władz było aresztowanie Prymasa w dniu 25 września 1953 r. Bez procesu więziono go w Rywałdzie Królewskim, Stoczku Warmińskim, Prudniku i Komańczy. W czasie uwięzienia Prymas stworzył ciekawy i cenny dokument, wydany później jako „Zapiski więzienne”.

W okresie internowania kardynał oddał się Maryi w Jej święto, w dniu 8 grudnia 1953 r. To oddanie się nie było impulsem chwili. Było ono konsekwentnym aktem zawierzenia swojego życia Dziewicy Niepokalanej. W Niej widział doskonałą drogę do Chrystusa także dla całego narodu polskiego.

Z kolei w czasie internowania w Komańczy opracował Jasnogórskie Śluby Odnowy Narodu, stanowiące program wielkiej odnowy życia religijnego w Polsce. Tekst został wywieziony w tajemnicy z Komańczy w dniu 16 maja 1956 r. i przekazany na Jasną Górę. W dniu 26 sierpnia 1956 r. odczytano go publicznie jako Jasnogórskie Śluby Narodu w obecności ok. 1 mln wiernych, jednakże bez udziału kard. Wyszyńskiego. Na fotelu przeznaczonym dla Prymasa Polski leżała wiązanka biało-czerwonych róż. Dwa miesiące później został uwolniony przez władze.

Śluby jasnogórskie były szczytowym punktem maryjnej drogi Prymasa Tysiąclecia, drogi, która wśród cierpień osobistych i całego narodu prowadziła od zawierzenia siebie po oddanie w niewolę miłości Maryi całej Polski i wszystkich Polaków.

W latach 1957–1965 kard. Stefan Wyszyński przeprowadził Wielką Nowennę przed Jubileuszem Tysiąclecia Chrztu Polski, będącą narodowymi rekolekcjami. Zainicjował nawiedzenie w tym okresie wszystkich polskich parafii przez kopię obrazu Matki Bożej Częstochowskiej. Wielka Nowenna zakończyła się 3 maja 1966 roku uroczystym Aktem Oddania Polski w macierzyńską niewolę Maryi Matki Kościoła, za wolność Kościoła Chrystusowego. W 1966 r. prymas był głównym organizatorem obchodów uroczystości Millenium Chrztu Polski i m. in. z tego powodu nazywany jest po śmierci Prymasem Tysiąclecia. Cieszył się powszechnym autorytetem społecznym.

Jego zasługą jest również złożenie na ręce papieża Pawła VI memoriału Episkopatu Polski dotyczącego ogłoszenia Maryi Matką Kościoła. Ojciec Święty spełnił tę prośbę 21 listopada 1964 roku. W nawiązaniu do tego w dniu 26 sierpnia 1969 roku powołał do istnienia duszpasterski ruch Pomocników Matki Kościoła.

W latach sześćdziesiątych ks. prymas czynnie uczestniczył w pracach Soboru Watykańskiego II. Z jego inicjatywy w 1965 roku Episkopat Polski wystosował orędzie do biskupów niemieckich, zawierające wezwanie do pojednania obu narodów oraz do wzajemnego przebaczenia krzywd.

Ukoronowaniem działalności Prymasa Tysiąclecia był wybór Polaka, kardynała Karola Wojtyły na papieża i jego pielgrzymka do Polski w 1979 r. Te wydarzenia legły u genezy wydarzeń sierpnia 1980 i powstania NSZZ „Solidarność”. Kard. Stefan Wyszyński odegrał rolę mediatora między „Solidarnością” a władzami i wzywał do odpowiedzialnych działań.

W tym okresie prymas był już poważnie chory. 15 kwietnia 1981 r. ogłoszono komunikat Sekretariatu Episkopatu o cho-

robie przewodu pokarmowego prymasa, wzywając jednocześnie do modlitw w jego intencji. Lekarze określili nowotwór, który zaatakował organy wewnętrzne, jako niezwykle agresywny. W ciągu kilku tygodni stan zdrowia Stefana Wyszyńskiego pogarszał się, a 14 maja 1981 r. doszło do zaburzeń czynności serca. Ostatecznie zmarł w dniu 28 maja 1981 r. o godz. 4.40, w Uroczystość Wniebowstąpienia Pańskiego, dwa tygodnie po zamachu na Jana Pawła II. Jego pogrzeb stał się wielkim wydarzeniem patriotycznym i manifestacją poparcia głoszonych przez niego idei. Na uroczystości na placu Zwycięstwa w Warszawie, którym przewodniczył watykański sekretarz stanu kardynał Agostino Casaroli, przybyło kilkaset tysięcy ludzi. Biskup Jerzy Modzelewski odczytał duchowy testament zmarłego. Prymas wybaczał w nim także tym ludziom, którzy go atakowali i więzili. Kardynał Wyszyński został pochowany w archikatedrze Świętego Jana w Warszawie.

Pośmiertnie w 1994 prezydent RP Lech Wałęsa odznaczył Prymasa Orderem Orła Białego. Obecnie jego dorobkiem zajmuje się Prymasowski Instytut Jasnogórskich Ślubów Narodu. Warto dodać, że rok 2001 w Polsce był obchodzony jako Rok Kardynała Stefana Wyszyńskiego.

Proces beatyfikacyjny kardynała Wyszyńskiego rozpoczął się w 1989 roku z inicjatywy Jana Pawła II. Od tego czasu można było tytułować go Sługą Bożym. W 2015 roku kardynał Kazimierz Nycz metropolita warszawski złożył w Kongregacji Spraw Kanonizacyjnych w Rzymie tzw. „Positio super virutibus”, czyli dokumentację o heroicznosci cnót kardynała. Została ona jednomyślnie uznana przez komisję teologów w Rzymie w kwietniu ubiegłego roku. Stało się to podstawą do wydania przez papieża Franciszka dekretu o heroicznosci cnót kard. Wyszyńskiego. Oznacza to, że niedługo proces beatyfikacyjny dobiegnie końca i będziemy świadkami wyniesienia Prymasa Polski na ołtarze.

Roman Łukasik



KOŚCIÓŁ POLSKI WOBEC KOMUNIZMU W LATACH 1945-1956

Po II wojnie światowej Polska znalazła się w strefie wpływów ZSRR. Hierarchowie polskiego kościoła katolickiego stanęli przed niełatwym politycznym i duchowym zadaniem, jakim było ułożenie relacji wobec komunistycznych, de facto okupacyjnych, władz PRL.

Jeśli chodzi o wykładnię magisterium co do samej ideologii komunizmu, nie ma tutaj wątpliwości. Papież Pius IX w encyklice „*Qui pluribus*” (1846 r.) stwierdzał: „Do tego - szkaradna i najbardziej prawu nawet naturalnemu przeciwna doktryna tzw. komunizmu, która raz dopuszczona, do gruntu wywróci prawa, stosunki i własność każdego, a wręcz także samą społeczność ludzką.” Nieco później, w 1878 r. w ogłoszonej przez Leona XIII encyklice „*Quod apostolici muneris*” czytamy o „sekcje ludzi, określanej różnymi nazwami – socjaliści, komuniści, nihilści”, będących „śmiertelną zarazą, która ogarnia wewnętrzne organy społeczności ludzkiej i doprowadza je do krańcowego kryzysu”. Obracając się jednak w delikatnej rzeczywistości posiadania władzy przez komunistów w PRL, wspartej całą bezwzględnością aparatu przemocy zarówno polskiego, jaki i sowieckiego, polski episkopat zmuszony był do zawierania układów.

Tuż po wojnie komuniści pozwolili na powrót religii do szkół, na wydawania czasopism katolickich, działalność Cari-

tas. Do kraju, za zgodą władz, powrócił prymas August Hlond. Wkrótce jednak rozpoczęła się walka o ograniczenie społecznych i politycznych wpływów Kościoła. 12 września 1945 r. został wypowiedziany konkordat. Alternatywą dla organizacji chrześcijańskich miały być komunistyczne stowarzyszenia takie jak Związek Młodzieży Polskiej. Inwigilowano księży, teatki zakładano już klerykom. Usuwano kapłanów ze szpitali i więzień.

Hierarchowie podjęli rozmowy z władzami w roku 1949. Zakończyły się one podpisaniem 14 kwietnia 1950 r. porozumienia Państwo-Kościół. Część arcybiskupów była zdania, że rozmowy należy przeciągać, a sam fakt ich trwania, miał utrudnić komunistom ataki na Kościół. Zwyciężyła jednak koncepcja podpisania ugody, sformułowana przez ówczesnego prymasa, abp. Stefana Wyszyńskiego „bronić tego, co się da obronić”. Jak sam abp Wyszyński wspominał, motywowała go obawa przed represjami, które mogły przybrać formę fizycznej eliminacji. W zamian za m. in. brak potępienia kolektywizacji oraz wywarcie wpływu na Watykan odnośnie do poszanowania nowych granic Polski, władze zobowiązywały się do akceptacji nauki religii, wydawania prasy katolickiej i zachowania jeszcze istniejących uczelni katolickich.

Jak pokazały kolejne lata, komuniści nie mieli zamiaru przestrzegać wszystkich warunków umowy. Doszło do aresztowań

biskupów, a także rektora KUL-u. Postępował proces usuwania religii ze szkół. Alternatywą dla prześladowań kleryków i księży było przejście w szeregi tzw. księży patriotów, którzy cieszyli się przywilejami. Kulminacyjnym punktem tego okresu był dekret o obsadzaniu stanowisk duchowych przez władze świeckie, co spotkało się z ostrym sprzeciwem hierarchii, o czym mówi słynny list „*Non possumus*” z dnia 8 maja 1953 r. Odpowiedzią komunistów było aresztowanie prymasa Wyszyńskiego kilka miesięcy później. Funkcjonariuszom reżimu udało się wymusić na przedstawicielach episkopatu daleko idące ustępstwa; uzgodnioną treść wystąpienia można było zrozumieć jako odcięcie się od internowanego prymasa. Dopełnieniem ugody było złożenie w grudniu 1953 r. przez biskupów przysięgi wierności PRL. Tymczasem prymas Wyszyński spędził na internowaniu 3 lata.

Komunistom wydawało się, że pozabawiając Kościół silnego i charyzmatycznego przywódcy odnieśli istotne zwycięstwo. W istocie przyczyniło się to bardziej do wzbudzenia poczucia jedności wiernych w obliczu wspólnego wroga. Kościół przyjął postać przetrwalnikową, niekiedy protestując przeciw działaniom władzy, jednak głównie skupiając się na minimalizowaniu skutków represji.

Janusz Matkowski

CO NAM MÓWIĄ ŚWIĘCI?

BŁOGOSŁAWIONY KSIĄDZ JÓZEF PAWŁOWSKI

Został zamordowany przez Niemców za to, że był Polakiem i kapłanem. Tuż przed śmiercią powiedział: „Pan Bóg jest dobry. Z najbardziej beznadziejnych sytuacji znajdzie zawsze niespodziewanie radosne wyjście. Zobaczycie, że nie pozwoli nam długo czekać na wyzwolenie”.

Urodził się 9 sierpnia 1890 r. w Proszowicach koło Krakowa w mieszczańskiej rodzinie Franciszka i Jaldwigi z Kubackich. Miał liczne rodzeństwo: 4 braci i 5 sióstr. Naukę rozpoczął w szkole elementarnej w rodzinnym mieście, potem kontynuował w czteroletnim progimnazjum filologicznym w Pińczowie. W 1906 roku wstąpił do seminarium duchownego w Kielcach, a po jego zakończeniu studiował na własny koszt w latach 1911-1915 na Katolickim Uniwersytecie w Innsbrucku w Austrii, gdzie uzyskał dyplom doktora teologii. Świecenia kapłańskie otrzymał 13 sierpnia 1913 roku. Od października 1916 roku zajmował stanowisko profesora archeologii biblijnej, introdukcji do Pisma Św. i egzegezy rodzimego seminarium duchownego w Kielcach, a dwa lata później objął funkcję jego wicerektora. Był nim przez kolejne 18 lat, a w 1936 roku został rektorem seminarium.

Ks. Józef Pawłowski dużo publikował, był autorem kilkudziesięciu artykułów, recenzji i not bibliograficznych, które dotyczyły tematyki biblijnej, misyjnej, duszpasterskiej oraz formacji seminarialnej i kapłańskiej. Pomagał finansowo biednym klerikom, opiekował się domem starców i szpitalem Świętej Trójcy i był kapłanem kieleckich harcerzy. Za swoją pracę został uhonorowany m. in. godnością szambelana papieskiego (1924), tytułem kanonika honorowego (1933).

W 1939 roku już po wybuchu II wojny światowej został mianowany proboszczem parafii katedralnej pw. Wniebowzięcia Naj-

świętszej Maryi Panny w Kielcach. Na własną prośbę otrzymał nominację na kapelana Polskiego Czerwonego Krzyża. Miał prawo wstępu do obozów jenieckich (w samych Kielcach było przetrzymywanych około 5.000 jeńców polskich). Organizował ubrania cywilne, pośredniczył w korespondencji, a nawet ułatwiał ucieczkę. Nazywany był „Dobrym Samarytaninem” Kielc. Wspierał wojennych uchodźców, również Żydów. Kuchnia Caritasu wydawała 350 obiadów dla potrzebujących.

10 lutego 1941 roku został aresztowany przez niemieckie gestapo i osadzony w więzieniu w Kielcach, gdzie był torturowany. Wspólnie z towarzyszami niedoli odmawiał co dzień różaniec i litanie do Matki Bożej Loretańskiej. 15 kwietnia 1941 roku ks. Pawłowski został wywieziony do niemieckiego obozu koncentracyjnego KL Auschwitz. W czasie wywózki powtarzał współwięźniom w wagonie: „Koledzy, nie wiadomo czy wrócimy, to teraz oddajmy się w opiekę Matce Boskiej Częstochowskiej”. Otrzymał numer obozowy 13155.

„Ks. Szczepan Domagała, współwięzień z Oświęcimia i Dachau, zrelacjonował, że celi więziennej ks. Pawłowski nadał charakter religijny. Pod jego przewodnictwem - o ile tylko było możliwe - wspólnie odmawiali co dzień różaniec i litanie do Matki Bożej Loretańskiej. Po trzech tygodniach więzienia w Oświęcimiu, dnia 4 maja 1941 r. ks. Pawłowski został przewieziony do Dachau. W tym obozie koncentracyjnym, jako więzień z numerem obozowym 25286, przebywał przez ponad osiem miesięcy, do dnia swej męczeńskiej śmierci, która nastąpiła 9 stycznia 1942 roku.

Ks. Walenty Zasada, który mieszkał przez kilka miesięcy razem z ks. Pawłowskim w baraku 26, w izbie drugiej, naprzeciw ka-



plicy; zrelacjonował, że w jednej izbie mieściło się od 200 do 300 osób. Księża, którzy wówczas przebywali w Dachau, rano i wieczorem gromadzili się na nabożeństwo, a po apelu udawali się do kaplicy na Mszę św. Od marca do września 1941 roku byli zwolnieni z ciężkich robót polowych. Ich obowiązkiem było noszenie kotłów z jedzeniem dla wszystkich więźniów, oraz sprzątanie obozu.”

(<http://www.swietyjosef.kalisz.pl/Dachau/29.html>) Ks. Zasada wspominał także, iż ks. Pawłowski dzielił się jedzeniem z innymi współwięźniami, był pogodzony z sytuacją, nie skarżył się na głód, czytał książki i budował innych swoją postawą.

9 stycznia 1942 roku otrzymał polecenie, aby wraz z rzeczami osobistymi stawił się do transportu do kolejnego obozu. Tego samego dnia został stracony – rozstrzelany lub powieszony wraz z innym polskim kapłanem Kazimierzem Grelewskim. Ciało spalono w obozowym krematorium, a prochy rozrzucono po okolicznych polach.

13 czerwca 1999 roku św. Jan Paweł II podczas siódmej pielgrzymki do Ojczyzny w Warszawie, beatyfikował go w gronie 108 męczenników II wojny światowej. Wśród nich był także ks. Kazimierz Grelewski.

Joanna Matkowska

CZŁOWIEK NUMERU

JÓZEF KARDYNAŁ GLEMP



Ksiądz kardynał Józef Glemp objął stanowisko prymasa po wielkim poprzedniku, kardinale Stefanie Wyszyńskim. Lata, w jakich sprawował władzę (1981-2009) przypadają na okres upadku komunizmu i rodzenia się III Rzeczypospolitej.

Przyszły prymas Polski urodził się 18 grudnia 1929 roku w Inowrocławiu. Jego ojciec był górnikiem w kopalni soli. Józef przed wojną ukończył cztery klasy. Naukę przerwano okupacją wznowić w 1945 roku. Po skończeniu gimnazjum i liceum w Inowrocławiu i zdanej w 1950 roku maturze, rozpoczął studia. Próbował różnych kierunków, lecz ostatecznie skończył studia filozoficzno-teologiczne na Prymasowskim Wyższym Seminarium Duchownym w Gnieźnie. W 1956 roku otrzymał święcenia kapłańskie. Ze względu na ustanowione przez komunistów wówczas prawo, utrudniające obejmowanie stanowisk kościelnych bez zgody władz, przez kilka miesięcy nie mógł sprawować posługi duszpasterskiej. Od 1958 roku, decyzją przełożonych, kontynuował studia na Papieskim Uniwersytecie Laterańskim w Rzymie, gdzie uzyskał tytuł doktora obojga praw, tzn. doktora prawa kanonicznego i cywilnego.

Do Polski powrócił w 1964 roku i podjął pracę jako sekretarz Prymasowskiego

Seminarium Duchownego oraz notariusz w Kurii Metropolitalnej i Sądzie Metropolitalnym w Gnieźnie. Był sekretarzem i kapelanem prymasa Stefana Wyszyńskiego. W późniejszych latach prowadził zajęcia z prawa rzymskiego i prawa małżeńskiego na Wydziale Prawa Kanonicznego Akademii Teologii Katolickiej. Przez cały ten czas był inwigilowany przez Służbę Bezpieczeństwa. Ze względu na odmowę współpracy władze nie wyraziły zgody na nominację ks. Glempla na arcybiskupa wrocławskiego. Święcenia biskupie otrzymał w 21 kwietnia 1979 roku, po uprzedniej nominacji na biskupa diecezji warmińskiej. Jego biskupią maksymą zostały słowa „Caritati in iustitia” („Przez sprawiedliwość do miłości”). W ciągu dwóch lat sprawowania urzędu erygował 21 nowych parafii. Był założycielem Instytutu Kultury Chrześcijańskiej w Olsztynie.

7 lipca 1981 roku ks. biskup Józef Glemp został prymasem Polski. 2 lutego 1983 roku, w święto Ofiarowania Pańskiego, otrzymał kardynalski kapelusz. Godność prymasa piastował przez 28 lat. Poparł ideę Okrągłego Stołu, przyczynił się do uchwalenia ustawy regulującej w wolnej Polsce relacje Państwo-Kościół, zapewniającej Kościołowi swobodę działania. O Unii Europejskiej wypowiadał się pozytywnie: „Logika rozwoju ludzkiego

domaga się współpracy i dlatego Unia Europejska jest logiczną konsekwencją dziejową.” Został odznaczony orderem Orła Białego. Otrzymał 10 doktoratów honoris causa, był honorowym obywatelem wielu miast. Znał biegle łacinę, angielski, niemiecki, francuski i włoski.

W dniu 80 urodzin prymas Józef Glemp został złożony z urzędu decyzją papieża. Zmarł na raka płuc trzy lata później, 23 stycznia 2013 roku. Został pochowany w podziemiach archikatedry warszawskiej. Ojciec święty Benedykt XVI wypowiedział się o zmarłym prymasie w następujący sposób: „Był sprawiedliwym, w duchu swego patrona św. Józefa i tych, którzy w biblijnej tradycji potrafili wsłuchiwać się w głos Bożego wezwania kierowanego nie tylko do nich osobiście, ale przez nich także do społeczności, do których byli posłani. Taka sprawiedliwość, pełna pokornego oddania woli Bożej, była fundamentem jego głębokiej miłości do Boga i człowieka, która była światłem, natchnieniem i mocą w trudnej posłudze przewodzenia Kościołowi w dobie znaczących przemian społecznych i politycznych, jakie miały miejsce w Polsce i w Europie.”

Janusz Matkowski

WSTYDLIWY PROBLEM

Temat krępujący, ale niestety bardzo powszechny, szacuje się, że dotyczy ponad 30% populacji. Długotrwały może doprowadzić do wielu przykrych dolegliwości oraz poważnych schorzeń. Obstrukcja, inaczej zaparcie.

Ilość defekacji w ciągu dnia jest kwestią indywidualną. Zakłada się, że jedna dziennie jest prawidłowością, lecz u jednych normą będzie to trzy razy dziennie a u innych raz na dwa dni.

Czynników, które mają na nią wpływ jest mnóstwo. Od podstawowych jak ilość wypijanych płynów w ciągu doby, jakość i ilość pożywienia, łączenie posiłków, tempo spożywania pokarmów, tryb życia, wysiłek fizyczny, stany emocjonalne, sytuacje nietypowe jak podróż czy zmiana klimatu, tempo motoryki jelit po przyjmowane leki, schorzenia mechaniczne przewodu pokarmowego i najróżniejsze choroby przewlekłe.

O zaparciach mówimy gdy częstość wypróżnień występuje mniej niż 3 razy w tygodniu. Ich przyczyną mogą być:

leki

leki przeciwwymiotne (np.: ondansetron)
 leki na osteoporozę (bisfosfoniany)
 leki działające przeciwocholinergicznie (alkaloidy pokrzyki, trójpierscieniowe leki przeciwdepresyjne [np. amitryptylina], leki przeciwpowietrzne [np. chlorpromazyna], leki przeciwhistaminowe Iprzeciwalergiczne [np. difenhydramina])
 leki przeciwdepresyjne
 leki przeciwpowietrzne (np. kłozapina, haloperydol, rysperydon)
 leki przeciwparkinsonowskie (agoniści dopaminy)
 leki przeciwbólowe (opioidy, NLPZ m.in.: aspiryna, ibuprofen, naproksen, diklofenak)
 leki przeciwdrgawkowe (karbamazepina)
 leki przeciwnadciśnieniowe (β -blokery, amiodaron, blokery kanału wapniowego, diuretyki, klonidyna)
 leki przeciwnowotworowe (alkaloidy Vinca, cyklofosfamid)
 leki rozkurczowe (mebeweryna, olejek miętowy)
 leki sympatykomimetyczne (m.in.: adrenalina, efedryna, amfetamina, dopamina)
 leki wiążące kwasy żółciowe (cholestyramina, kolestypol)
 inne: glin, wapń, bizmut, siarczan żelaza, lit, sulfonian polistyrenu, baryt

przyczyny mechaniczne

rak jelita grubego
 ucisk z zewnątrz przez guz nowotworowy
 zwężenia: uchyłki i po niedokrwieniu
 duży uchyłek odbytowy
 szczelina odbytu

powikłania pooperacyjne megacolon

zaburzenia metaboliczne

cukrzyca
 niedoczynność tarczycy
 hiperkalcemia
 hipokaliemia
 hipomagnezemia
 mocznica
 zatrucie metalami ciężkimi
 choroby mięśni gładkich
 skrobiawica twardzina układowa
 choroby układu nerwowego
 choroba Parkinsona
 urazy lub nowotwory rdzenia kręgowego
 choroby naczyń mózgowych
 stwardnienie rozsiane
 neuropatia autonomiczna
 upośledzenie czynności poznawczych

inne

choroba zwyrodnieniowa stawów
 unieruchomienie
 depresja

Źródło: mp.pl

Najczęściej występującymi są zaparcia o podłożu idiopatycznym – nie wywołane przez żadną chorobę organiczną. Wśród nich wyróżniamy zaparcia czynnościowe i zespół jelita drażliwego (IBS) z zaparciami, które silnie związane jest z emocjami i psychiką. Zaparciom czynnościowym towarzyszy uczucie

pełności, nadmierna ilość gazów, przykry zapach z ust, nudności, kurcze jelit i bóle głowy. Wszystkie te objawy ustępują po wypróżnieniu, a wyniki badań wychodzą prawidłowo.

Od czego zacząć?

Ludzkie ciało składa się w 75% z wody, krew w 92%, a mózg w 86%. Przede wszystkim odpowiednia ilość płynów, nie chodzi o ilość wypitych kaw czy herbat, bo one nas właśnie odwadniają. Chodzi o czystą wodę (2-3 litry na dobę), może być z dodatkiem cytryny, miodu, imbiru czy witaminy C, która sama ma efekt przeczyszczający przy przekroczeniu tolerancji jelitowej.

Produkty roślinne zawierają włókno pokarmowe, które jest niezmiernie ważne dla motoryki jelit. Podrażniając ich ściany skracają pasaż jelitowy i zwiększają częstość wypróżnień oraz poprawiają ich jakość. Dlatego bardzo ważne aby zjadać skórki owoców i warzyw jak tylko jest to możliwe, wybierać mąkę z pełnego przemiału i rzuć każdy kęs dokładnie i spokojnie. Przy czym im więcej będziemy spożywać błonnika (szczególnie gdy spożywamy go dodatkowo jako suplement), tym więcej musimy pić wody, gdyż wówczas przy dużej ilości błonnika efekt będzie odwrotny. Warto rozszerzyć swój jadłospis w rośliny strączkowe, nasiona i orzechy. Wszelkie produkty wysokoprzetwo-

ciąg dalszy na str. 12



źródło gurbacka.pl

SPRAWOZDANIE CARITAS

Człowiek jest wielki nie przez to, co posiada, lecz przez to, kim jest; Nie przez to, co ma, lecz przez to, czym dzieli się z innym.

Jan Paweł II

PARAFIALNY ZESPÓŁ CARITAS W 2017 ROKU

Tak jak co roku, pragniemy przedstawić krótkie sprawozdanie z naszej działalności w 2017 roku. Otrzymaliśmy darowizny przekazane bezpośrednio na konto bankowe naszej wspólnoty w kwocie 1.420,00 zł.

Pośredniczyliśmy w nieodpłatnym przekazaniu wózka, łóżeczka, mebli dla dzieci, sprzętu RTV, AGD i odzieży.

Zorganizowaliśmy bezpłatne korepetycje dla dzieci i młodzieży z najuboższych rodzin.

W okresach przedświątecznych uczestniczyliśmy w rozprawianiu świec w ramach akcji „Wielkanocne Dzieło Caritas” oraz „Wigilijne Dzieło Pomocy Dzieciom”. Z tego tytułu uzyskaliśmy kwotę 7.368 zł, z czego do Caritas Archidiecezji Warszawskiej przekazaliśmy 4.888 zł, a kwota 2.480 zł zasilila budżet naszej parafialnej Caritas z przeznaczeniem na pomoc dla najuboższych.

Na Święta Bożego Narodzenia przygotowaliśmy ponad 300 paczek z produktów przyniesionych przez darczyńców naszej parafii. Paczki przekazaliśmy rodzinom wielodzietnym, osobom samotnym, chorym i bezdomnym, oraz dzieciom ze Szkoły Podstawowej nr 82 objętych opieką socjalną. Ponadto część produktów przekazaliśmy dzieciom z Ośrodka Szkolno-Wychowawczego w Laskach.

Uzyskaliśmy także kwotę 7.400 zł z 1% podatku należnego na rzecz organizacji pożytku publicznego (OPP), z której: 1.079 zł przeznaczyliśmy na zakup lodówki dla naszej podopiecznej, kwotę 1.512 zł przeznaczyliśmy na sfinansowanie wakacyjnego wyjazdu w góry (Wetlina) trojga dzieci, a pozostałą kwotę 4.809 zł przeznaczyliśmy na zakup żywności dla naszych podopiecznych.

Systematycznie pomagaliśmy 75 rodzinom, które znajdowały się w trudnej sytuacji materialnej. Dla tych rodzin

zakupiliśmy produkty żywnościowe, lekarstwa, ciepłe skarpety i rękawiczki, sprzęt gospodarczy, a także udzielaliśmy zapomóg na cele rehabilitacyjne. Łącznie przeznaczyliśmy na te cele kwotę 8.760,34 zł.

Na dzień 31 grudnia 2017 r. stan konta wynosił 13.581,42 zł.

Motywacji i sił do świadczenia pomocy bliźnim dostarczają nam wydarzenia duchowe, w których uczestniczymy. W marcu 2017 odbyliśmy rekolekcje wielkopostne, a w okresie Bożego Narodzenia uczestniczyliśmy w spotkaniu opłatkowym. W czerwcu 2017 r. wraz z ks. Konradem odbyliśmy pielgrzymkę do Sanktuarium Matki Boskiej Gietrzwałdzkiej. 19 listopada, w niedzielę - ustanowioną przez papieża Franciszka Światowym Dniem Ubogich pod hasłem „Nie miłujmy słowem, ale czynem” o godz. 13 została odprawiona Msza św. w intencji ubogich, naszych podopiecznych i darczyńców. Po Mszy wszystkich naszych parafian częstowaliśmy cukierkami.

Składamy serdeczne Bóg zapłać ludziom dobrej woli za wszelką pomoc, okazane serce, hojność, zaufanie i życzliwość. W intencji wszystkich darczyńców, a także podopiecznych Caritas została odprawiona Msza św. w tygodniu Miłosierdzia Bożego.

Zapraszamy do naszej wspólnoty wszystkich chętnych, którzy chcieliby nieść pomoc bliźnim, bowiem potrzeby są zawsze większe niż nasze możliwości.



parafialny zespół Caritas



MAŁE CO NIECO

GRZANKI Z KREWETKAMI I PASTĄ Z AWOKADO



Przed nami ostatnie dni karnawału. Czasem mam wrażenie, że w dzisiejszych czasach na balach bawią się już tylko dzieci. Jednak niezależnie od wieku podczas imprez tanecznych doskonale sprawdzają się rozmaite przekąski. Są lekkie i łatwo się nimi posilić pomiędzy kolejnymi tańcami. Zatem na tę końcówkę karnawału polecam przekąskę na ciepło - grzanki z krewetkami i pastą z awokado.

Składniki na 6-8 grzanek: 6-8 kromek bułki wrocławskiej, 6-8 dużych krewetek, 6-8 papryczek piri piri, 3 ząbki czosnku, 1 łyżka masła

Pasta z awokado: 1 dojrzałe awokado, 50 g oscypka, sól, pieprz, 1 łyżka masła

Przygotować pastę. Awokado umyć, przekroić na pół, wyjąć pestkę i łyżką delikatnie oddzielić miąższ od skóry. Dokładnie rozgnieść miąższ widelcem. Ser zetrzeć na tarce na drobnych oczkach. Dodać do awokado. Doprawić do smaku solą i pieprzem i dokładnie wymieszać.

Krewetki dokładnie oczyścić i osuszyć. Papryczki umyć. Czosnek obrać i pokroić na plasterki. Na patelni roztopić masło i usmażyć na nim krewetki wraz z czosnkiem i papryczkami (w całości, bez usuwania gniazd nasiennych i łodyżek, jeśli mają).

Z kromek bułki szklanką wyciąć kółka i usmażyć je na patelni bez tłuszczu. Każdą grzankę posmarować pastą z awokado, następnie ułożyć krewetki, papryczki i czosnek. Podawać na ciepło.

I.Z

Więcej przepisów znajdą Państwo na moim blogu kulinarnym: www.pocztoawkizkuchni.blogspot.com

DO ZOBACZENIA, DO USŁYSZENIA

4 lutego, godz. 11.30, sala koncertowa Art.Bem, bilety 12 zł

„Ekogalaktyka” - teatralny poranek bajkowy

10 lutego, godz. 12.00, sala koncertowa Art.Bem, wstęp wolny (zapisy)

Warsztaty z zespołem Bum Bum Orkestar

10 lutego, godz. 19.00, sala koncertowa Art.Bem, bilety 20 zł (ulgowe 15 zł)

Koncert zespołu Bum Bum Orkestar

INTENCJE MSZALNE

5. 02 – poniedziałek:

7.00: śp. Zofia Gałczyńska – Zaborek – 5 greg.
 7.00: śp. Piotr Włoskowicz – 8 greg.
 7.30: o zdrowie dla Tomasza i błog. Boże dla całej rodziny
 7.30: dusze w czyśćcu cierpiące
 18.00: śp. Janina Skatulska – 6 r.śm.

6. 02 – wtorek:

7.00: śp. Zofia Gałczyńska – Zaborek – 6 greg.
 7.00: śp. Piotr Włoskowicz – 9 greg.
 7.30: o błog. Boże, światło Ducha Świętego na czas egzaminów dla Anny
 7.30: dusze w czyśćcu cierpiące
 18.00: śp. Bogdan, Kazimierz, Stanisława i Piotr

7. 02 – środa:

7.00: śp. Zofia Gałczyńska – Zaborek – 7 greg.
 7.00: dusze w czyśćcu cierpiące
 7.30: dziękczynna z prośbą o Boże błog., prowadzenie Bożą łaską
 i opiekę dla Huberta w dniu 35 urodzin
 18.00: Nowenna do Matki Bożej Nieustającej Pomocy

8. 02 – czwartek:

7.00: śp. Zofia Gałczyńska – Zaborek – 8 greg.
 7.00: śp. Michał Małachowski – 1 r.śm.
 7.30: o wrażliwość na dary Ducha Świętego i opiekę Matki Bożej
 dla Barbary w 60 r. urodzin
 7.30: dziękczynno – błagalna w intencji rodziny Świętków
 18.00: śp. Piotr Włoskowicz – 11 greg.

9. 02 – piątek:

7.00: śp. Zofia Gałczyńska – Zaborek – 9 greg.
 7.30:
 18.00: śp. Piotr Włoskowicz – 12 greg.

10. 02 – sobota:

7.00: śp. Zofia Gałczyńska – Zaborek – 10 greg.
 7.00: śp. Piotr Włoskowicz – 13 greg.
 7.30: o błog. Boże i światło Ducha Świętego na czas egzaminów
 dla Anny
 7.30: śp. Jadwiga – 24 r.śm. i Kazimierz Michalscy
 18.00: śp. Zygfryd Łydka

11. 02 – niedziela:

7.00: śp. Zofia Gałczyńska – Zaborek – 11 greg.
 8.30: śp. Andrzej Wojciechowski, Henryka i Józef Knap
 10.00: śp. Stefania, Franciszek, Chmiel, Genowefa, Aleksander Piszcz
 11.30: śp. Helena, Jan Szelenbaum, ich rodzice, Bohdan Popławski
 13.00: za Parafian
 16.00: śp. Piotr Włoskowicz – 14 greg.
 18.00: śp. Robert Barański – 1 r.śm.
 20.00: śp. Tadeusz Suchecki, c.r. Klimków

GRUPY PARAFIALNE

Krąg biblijny dla dorosłych

pn. po Mszy św. o 18.00 - ks. Rafał Łaskawski

Koło Żywego Różańca

I niedz. miesiąca, godz. 16.00 - ks. proboszcz

Kręgi Domowego Kościoła

- spotkania formacyjne dla rodzin
 ks. Konrad i ks. Rafał

Grupa modlitewna o. Pio

II wt. miesiąca godz. 19.00

Parafialny zespół Caritas

spotkania: I pn. miesiąca po Mszy św. o 18.00

dyżury Caritas:

wt. 17.00-19.00

czw. 10.00-12.00

Prezes – Barbara Tywonek

Opiekun – ks. Konrad

Nr konta: 54 1240 2034 1111 0010 1985 5843

Grupa studencka

czw. godz. 20.00 – ks. Konrad

Studencki zespół muzyczny

niedz, godz. 18.00 - ks. Konrad Zawłocki

Ministranci i lektorzy

wt. godz. 19.00 - ks. Rafał Łaskawski

Skauci Europy

dziewczynki 8 – 12 lat: Aneta Kostro – tel. 502 214
 006, kostro.aneta@gmail.com;

dziewczynki 12 – 16 lat: Zofia Tranda – 695 091
 304, zosia.tranda@gmail.com;

chłopcy 8-12 lat, Arkadiusz Włodarczyk:

arek_wlodarczyk@op.pl

Scholka dziecięca

Joanna Kielczewska-Włodarczyk,

j.kielczewska@onet.eu

„Przyjaciele Oblubieńca”

środa godz. 19.00 - ks. Konrad

Spotkania dla ojców

I poniedziałek miesiąca godz. 19.30 - ks. Konrad

MSZE ŚWIĘTE W NASZEJ PARAFII NIEDZIELE

7.00, 8.30, 10.00

11.30 (z udziałem dzieci)

13.00, 16.00, 18.00

20.00 (studenci)

DNI POWSZEDNIE

7.00, 7.30, 18.00

Adoracja Najświętszego Sakramentu

piątek po Mszy św. wieczornej do godz. 21.00

niedziela – po Mszy św. o 20.00

KANCELARIA

poniedziałek – piątek: 16.00-17.30,

tel. 226641099; fax 226652626

dyżury:

ks. proboszcz: poniedziałek

ks. Rafał: wtorek i piątek

ks. Konrad: środa i czwartek

ks. JAN POPIEL – proboszcz, tel. 226651971,

xjan@poczta.fm

ks. Rafał Łaskawski – wikariusz, tel. 226665263

ks. Konrad Zawłocki – wikariusz, tel. 226665264

ks. Grzegorz Mencil – rezydent, tel. 226665265

KONTO BUDOWY KOŚCIOŁA

31 1240 2034 1111 0000 0308 3439

OGŁOSZENIA DUSZPASTERSKIE

1. Pan Jezus przyszedł dzisiaj do nas, tak jak do domu Szymona i Andrzeja, z darem uzdrowienia i duchowego uwolnienia. On wciąż szuka tych, którzy potrzebują Jego pomocy. Bądźmy Mu za to wdzięczni.

2. Dziś o godz. 1600 zebranie Kół Żywego Różańca

3. Jutro po Mszy św. wieczornej spotkanie parafialnej Caritas.

4. W następną niedzielę, 11 lutego, przypada liturgiczne Wspomnienie Najświętszej Maryi Panny z Lourdes, które łączymy z obchodami Światowego Dnia Chorych.

5. Za tydzień ofiary składane na tacę będą przeznaczone na budowę nowego kościoła.

6. Uległ zmianie termin tegorocznych rekolekcji wielkopostnych. W związku z tym prosimy o kon-

takt wszystkich, którzy zamówili intencje Mszy św. w dniach 12, 13, 14 marca o godz. 10.00 i 20.00.

7. W nadchodzącym tygodniu patronują nam::

5 II – św. Agata, dziewica i męczennica z Katanii na Sycylii, patronka kobiet karmiących i w chorobach piersi.

6 II – św. Paweł Miki i 25 Towarzyszy, pierwsi męczennicy na Dalekim Wschodzie, ukrzyżowani w Nagasaki w Japonii.

10 II – św. Scholastyka, rodzona siostra i naśladowczyni św. Benedykta, założycielka żeńskich klasztorów benedyktyńskich.

OGŁOSZENIE:

"Parafianie oddadzą bezpłatnie wersalkę w dobrym stanie potrzebującej rodzinie. Wiadomość w Redakcji "Skąły".

WSTYDLIWY PROBLEM

ciąg dalszy ze str. 8

rzony, wyroby z białej mąki, mleko i nabiał oraz mięso mają niestety efekt spowalniającego pracę jelit. Z pomocą przychodzą zielone warzywa liściaste, spożywane razem usprawnią trawienie i wydalanie.

Nie zawsze jest to możliwe ale warto ustalić sobie pory posiłków, mniej więcej ich jakość i ilość. Organizm lubi funkcjonować stałym rytmem. Przykładowo porę pierwszego posiłku po wstaniu i ostatniego przed pójściem spać. Zaleca się nie jedzenie 2-3 godziny przed snem, a pierwszy posiłek po wstaniu jest kwestią indywidualną, którą musimy sami wypracować tak, aby czuć się najlepiej.

W ramach własnych możliwości każdy wysiłek fizyczny będzie z korzyścią dla naszego przewodu pokarmowego.

Probiotyki obok płynów i diety to najważniejszy element zdrowych jelit. Szczególnie ważne są w przypadku zapaść u dzieci. Przy wyborze preparatu warto zwrócić uwagę na te dwa szczepy bakteryjne: *Lactobacillus rhamnosus GG*,

Lactobacillus plantarum 299v. Dobrym rozwiązaniem przy stałej profilaktyce są płynne wyciągi ziołowe z żywymi kulturami bakterii oraz wzbogacenie diety w produkty poddane naturalnej fermentacji jak np. kiszonki.

Po co możemy sięgnąć w aptece?

Preparaty zawierające:

- surowce pobudzające perystaltykę: kora kruszyny, korzeń rzewienia, liście i owoce senesu, alona (steżony sok z aloesu), kora szakłaku amerykańskiego

- surowce śluzowe: nasiona babki lancetowatej, nasiona babki płesznik, nasiona lnu

- surowce bogate w poli- i oligosacharydy: kłącze perzu, agar, karagen

- środki działające osmotycznie: laktuloza, makrogol, sól gorzka (siarczan magnezu)

- środki działające fizycznie: parafina ciekła, glicerol

- inne: olej rycynowy, bisacodyl

Warto pamiętać, aby preparatów przeczyszczających nie przyjmować stale, może mieć to fatalne skutki zdrowotne!

Preparaty zawierające surowce śluzowe mogą utrudniać wchłanianie witamin, składników mineralnych i niektórych leków!

Surowce roślinne zawierające antrazwiązki nie powinny być stosowane przez kobiety w stanie błogosławnym i przez matki karmiące!

Czasami zmiana stylu życia i pozbycie się niewłaściwych nawyków jest w stanie skutecznie pomóc nam pozbyć się problemu.

Deus caritas est

PISMO REDAGUJE ZESPÓŁ Z PARAFII ŚW. ŁUKASZA EWANGELISTY POD OPIEKĄ KS. KONRADA ZAWŁOCKIEGO
Redakcja zastrzega sobie prawo dokonywania koniecznych zmian w publikowanych tekstach.

Kwestie merytoryczne pozostawiamy rzetelności autorów.

oprawa graficzna i skład - Jacek Owczarz

adres redakcji: redakcja@swlukasz.waw.pl